

# Contrastare l'impoverimento alimentare

Qualche tempo fa un politico, paragonando le abitudini alimentari fra Italia e Stati Uniti, ha dichiarato che nel nostro Paese i poveri mangiano meglio dei ricchi perché “cercando dal produttore l'acquisto a basso costo spesso comprano qualità”. A suo tempo l'affermazione venne bollata come improvvisa, sbagliata. Perché se è discutibile il modo con cui si nutrono gli americani (il 42% è obeso, il 32% sovrappeso e il nuovo corso “trumpiano” – l'appena rieletto presidente è un noto amante di hamburger, patatine e Cola Cola - non promette miglioramenti della situazione), avere un buon stipendio non garantisce di per sé un'alimentazione più sana ed equilibrata, ma certamente aiuta. In altre parole si può essere anche ricchi e mangiare male, ma è più difficile il contrario: essere poveri e mangiare bene, nel senso di salutare. Lo sostengono diverse ricerche e anche un libro denso di dati e analisi, firmato da Andrea Segrè (docente all'Università di Bologna) e Ilaria Pertot (che insegna all'Università di Trento), con la prefazione del presidente della Conferenza episcopale italiana,

cardinale Matteo Maria Zuppi: “La spesa nel carrello degli altri – L'Italia e l'impoverimento alimentare” (Baldini+Castoldi). “Gli autori – scrive il religioso – dimostrano come la nostra società stia vivendo un drammatico e crescente impoverimento alimentare che comprende, incrocia, somma e moltiplica altre forme di povertà. Non solo quella economica, ma anche la povertà educativa, sociale, culturale, relazionale. Esse sono legate assieme, spesso difficili da distinguere, ma possono anche essere virtuosamente risolte”.



di  
**MAURO CEREDA**

Il nostro Paese, nonostante sia uno dei più avanzati al mondo, conta un'ampia fascia di residenti che vive in un contesto di forte disagio economico. Secondo l'Istat le famiglie in situazioni di povertà assoluta, che quindi faticano a soddisfare i bisogni di base, sono passate dal 7,7% del 2021 all'8,5% del 2023, un fenomeno che coinvolge più di 5,7 milioni di persone. A queste bisogna poi aggiungere quelle in povertà relativa (una condizione che viene definita in relazione allo stato economico del resto della popolazione), attestata al 10,9% nel 2022. Segrè e Pertot hanno approfondito il tema partendo da tredici microstorie individuali, perché dietro alle cifre nude e crude dei report statistici, ci sono delle persone. Hanno raccontato il loro vissuto e il rapporto con il cibo, descrivendo quello che mettono in tavola ogni giorno. Ne è uscito uno spaccato interessante, illuminante come un trattato di sociologia. C'è

Adelma, vedova, che vive della sua pensione e va a caccia di offerte nei supermercati per risparmiare tutto quello che può. Ci sono Ahmed, Said e Khaled, giovani immigrati di seconda generazione, che con i pochi euro in tasca bevono birra e si ingozzano di patatine. C'è Francesca, madre single, professionista con partita Iva, che acquista cibi biologici per il figlio ma concede lo stretto necessario a sé stessa. C'è Paolo, padre separato, che pranza nel fast food dove lavora e per mettere insieme la cena fa la spesa in un discount. C'è Zaccaria, uomo di mezza età, che vive in strada, mangia ad una mensa per poveri e investe gli spiccioli che raccoglie con l'elemosina in cartocci di vino di bassa qualità. C'è Vanessa, studentessa, che desidera essere magra come la influencer vista sui social, ma sfoga la sua frustrazione ingurgitando quello che trova in frigorifero, salvo liberarsene con due dita in gola. C'è Domenico, muratore single, che dopo la morte della madre che gli preparava la cena, mangia quasi solo cibi pronti. C'è Rosa, moglie di Maurizio e madre di Kevin, fissata con una dieta prescritta da un dottore “che poi dottore non è”. I poveri non mangiano meglio dei ricchi, perché chi ha pochi soldi in tasca si preoccupa innanzitutto di risparmiare e va alla ricerca di alimenti a basso costo, che in genere sono anche di qualità inferiore e meno benefici per la salute. Chi è in difficoltà economica spesso “taglia” sulla frutta e sulla verdura, sul pesce, sui cibi freschi, orientandosi su prodotti processati, confezionati, pieni di grassi, zuccheri, conservanti. Il problema non riguarda ovviamente solo l'Italia, anzi: la tradizione-cultura culinaria del nostro Paese è un bene prezioso da difendere, ma non basta ad affrontare il problema. Secondo il Rapporto sull'insicurezza alimentare di UN-FAO nel mondo si



“contano 862 milioni di persone malnutrite per difetto, mentre la popolazione in sovrappeso e obesa supera 1,6 miliardi di persone (malnutrizione per eccesso). Facendo la somma si contano poco più di 2,5 miliardi di persone che mangiano male (troppo o troppo poco), cioè un terzo della popolazione mondiale”. Non bastasse, abbiamo un enorme problema di spreco domestico. Soltanto in Italia nel 2024 (Osservatorio WWI) si sono gettati 1,7 milioni di tonnellate di

alimenti, per un valore di oltre 7 miliardi di euro. E a sprecare maggiormente sembra siano i consumatori dei ceti popolari (17% in più della media nazionale), perché più frequentemente acquistano prodotti vicini alla scadenza, più deperibili, meno costosi (e quindi più “sacrificabili”). Cosa si può fare quindi per contrastare l'impoverimento alimentare? Gli autori del libro suggeriscono alcune azioni da intraprendere. La prima è una seria iniziativa di educazione al cibo in tutti i cicli di istruzione.